

УДК 159.9

DOI: 10.34670/AR.2023.27.49.013

Субъективное благополучие в период поздней взрослости: систематизация исследований

Журкевич Алина Александровна

Аспирант,
Белорусский государственный педагогический университет,
220030, Республика Беларусь, Минск, ул. Советская 18;
e-mail: creative.color@inbox.ru

Аннотация

В статье рассматривается систематический обзор и динамика области субъективного благополучия в период поздней взрослости. Актуальность исследования субъективного благополучия лиц поздней взрослости определяется тем, что старение населения представляет одну из сложных социальных проблем. В период поздней взрослости происходит изменение социального статуса, вызванное прекращением трудовой деятельности и сокращением социальных контактов, приводят к переоценке ценностей в данном возрасте. Понимание того, что для оказания полноценной психологической помощи людям пожилого возраста, необходимо знание особенности их субъективного благополучия, предопределило настоящее исследование. Принимая во внимание указанные изменения жизненных обстоятельств, которые происходят в поздней взрослости, а также значение понимания субъективного благополучия этой демографической группы для оказания эффективной психологической помощи, данное исследование также исследует динамику и факторы, влияющие на благополучие в период поздней взрослости. С помощью анализа основной литературы в период с 2005 по 2022 год обозначены важные границы исследований в данной области. Значимость факторов, отслеживаемых в рамках данного исследования, включают, но не ограничиваются такими мультифакторными характеристиками, как диспозиционный оптимизм, самооценка и локус контроля, глубоко влияющими на уровень субъективного благополучия индивидуума. В связи с этим, исследование и раскрытие таких факторов будет неоспоримо иметь высокую научную актуальность.

Для цитирования в научных исследованиях

Журкевич А.А. Субъективное благополучие в период поздней взрослости: систематизация исследований // Психология. Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2023. Т. 12. № 9А. С. 90-98. DOI: 10.34670/AR.2023.27.49.013

Ключевые слова

Субъективное благополучие, поздняя взрослость, активное долголетие, социальная адаптация, геронтопсихология.

Введение

В геронтологии в течение XX века, при накоплении данных о негативных изменениях организма и психики, сопровождающих старение, все больше стремились выявить позитивные аспекты периода поздней взрослости как продуктивного этапа онтогенеза [Дубовик, 2012]. На протяжении XX века благополучие получает все больше внимания от правительств для разработки политики в этой области [Austin, 2016]. Доля пожилого населения по миру предположительно вырастет с 12,8% в 2017 году до 20% в 2050 году [World Population Ageing, 2017]. Таким образом, с увеличением доли пожилого населения, улучшение его благополучия стало целью для дальнейших исследований. Старение населения стало последствием социально-экономического развития и представляет собой одну из основных проблем для стран всемирного масштаба. Хотя общее экономическое развитие может дать ответ на базовые материальные потребности населения, это не обеспечивает постоянное улучшение благополучия [Howell, 2008; Layard, 2008; Jebb, 2018]. В то же время, пожилые люди подвергаются более высокому риску развития психических заболеваний и других негативных эмоциональных состояний [Bunse, 2008]. Создание окружающей среды и условий жизни, поддерживающих благополучие, является необходимым условием для улучшения психического здоровья людей периода поздней взрослости (Всемирная организация здравоохранения). Вследствие того, что структура населения изменилась благодаря снижению уровня смертности, улучшение самочувствия и благосостояния пожилых людей становится важным вопросом и неизбежным целевым направлением исследований.

Методология и методы исследования

В настоящее время в рамках исследований благополучия выделяются три главных направления исследований: субъективное, психологическое и социальное. Субъективное благополучие основано на самооценке человеком качества своей жизни, соответствующей определенным критериям и стандартам [Diener, 2012]. Психологическое благополучие является сочетанием психологических понятий, таких как самооценка, личностная целостность и удовлетворенность жизнью.

В свою очередь, социальное благополучие измеряется по показателям социального положения и проявлению социальных стандартов. Субъективное благополучие включает два компонента: аффективный (эмоциональный) и когнитивный компоненты. Аффективный компонент балансирует положительные и отрицательные эмоции, тогда как когнитивный компонент предполагает удовлетворенность жизнью. Психологическое благополучие относится к личностному росту и развитию, характеризуясь приемлемостью самого себя и целями в жизни [Ryff, 1989].

Исследования показали, что социальное благополучие состоит из пяти аспектов – социального признания, социальной актуализации, социального вклада, социальной согласованности и социальной интеграции [Keyes, 2002]. Эта концепция направлена на оптимальное функционирование людей в социальной жизни. В связи с чем были выявлены три типа благополучия, которые связаны, но эмпирически различаются [там же]. Наиболее ценным типом благополучия является субъективное благополучие, в связи с этим оно часто используется для оценки успеха социальных программ.

Цель заключалась в том, чтобы предложить систематический обзор и проследить динамику

области субъективного благополучия в период поздней взрослости с помощью основной литературы и захватить важные границы исследований.

В качестве исходной базы для поиска мы использовали нейросеть, а именно ChatGPT, алгоритм поиска был задан по следующим параметрам: субъективное благополучие в период поздней взрослости, научная литература, результаты исследований с 2005 по 2022 на любом языке.

Результаты исследования и их обсуждение

С 2005 по 2022 год было найдено 258 научных исследований по теме субъективное благополучие в период поздней взрослости (Рис. 1).

В результате исследований установлено, что начиная с 2007 года до 2014 года проявляется резкое увеличение количества исследований СБ, а именно соответствующий уровень исследований достигает пика в 2014 году. В 2015 году вследствие некоторых факторов наблюдается уменьшение соответствующих показателей, однако цельная динамика и тенденция направлены на плавное увеличение количества исследований СБ, что приводит к последующему достижению пика в 2022 году, что противоречит первоначальной тенденции, прослеживаемой в начале 21 века.



Рисунок 1 - Статистика и тенденции ежегодных публикаций с 2005 по 2022 год

Анализ метаданных, проведенный в рамках исследования, отметил большое количество статей, опубликованных в таких журналах как «Aging and Mental Health» (Англия), «Journals of Gerontology Series B-Psychological Sciences and Social Sciences» (США), «International Journal of Environmental Research and Public Health» (Швейцария), «Journal of Happiness Studies» (Голландия), «Gerontologist» (США). Кроме того, имел место также интеграция дисциплин, таких как экономика, психиатрия, вирусология и другие. Как главные науки, формирующие концепцию успешного старения в период поздней взрослости, исследователи отметили психологию и медицину. Также в целях поддержания физиологического и психологического благополучия пожилых людей были выдвинуты предположения об определении условий и

способов увеличения продолжительности качественной жизни.

Анализ собственной направленности ключевых слов позволил осуществить разбиение исследуемой области под названием «Субъективное благополучие в период поздней взрослости» на тематические блоки:

Психосоциальные ресурсы

В результате множества исследований установлено, что психосоциальные ресурсы имеют связь с различными компонентами СБ, включая самоэффективность, социальную поддержку и пр. [Blanco-Molina, 2019]. Данное наблюдение было разделено на две области: социальное поведение пожилых людей и психологические ресурсы пожилых людей, соответственно связанные с соответствующими параметрами исследования.

Старение

Имеет высокую частоту в сети совпадения ключевых слов и является заметной физиологической проблемой, с которой сталкиваются люди в период поздней взрослости. Таким образом, тема старения является важной. Некоторые исследования показали, что старение у пожилых людей связано с ухудшением СБ [Jivraj, 2014]. Кроме того, некоторые исследования показали, что в пожилом возрасте дисфункция и предсмертное бремя могут привести к ускоренному снижению благополучия [Gerstorf, 2012].

Здоровье

Здоровье является самым влиятельным ключевым словом в сети совпадений, за ним следует субъективное благополучие. Между тем, состояние здоровья было одним из наиболее решающих факторов для СБ и охватывало широкий спектр вопросов, таких как физическое здоровье, самооценка здоровья, физические функции и психическое здоровье. Изучения показали, что повышенная частота ключевых слов в сети характерна для поздней взрослости и является заметной физиологической проблемой. То есть, рассмотрение темы старения представляется важным аспектом. Исследования доказали ухудшение функционального состояния у пожилых людей и то, что дисфункция и предсмертное бремя могут привести к быстрому снижению благополучия.

Активное долголетие

Активное долголетие представляет собой многокомпонентную систему представлений, которая, по мнению людей, должна быть как можно ближе к идеальному уровню [Rowe, Kahn, 2015]. В прошлом оценка успешности старения больше полагалась на объективные критерии, однако сегодня более точные заключения о процессе старения имеются за счет учитывания и условий субъективной оценки [Strawbridge, 2002]. Это вызвало конфликт результатов исследований, которые подтверждают зависимость активного долголетия от СБ [там же], и утверждения о том, что СБ может использоваться для измерения активного долголетия. В связи с этим вопросом требуется дальнейшее углубленное исследование.

Повышение уровня субъективного благополучия

Научные исследования, способствующие повышению СБ в период поздней взрослости, активно продолжаются уже много лет. Несмотря на ограниченные данные, полученные при этих исследованиях, в последнее время замечен небольшой рост. Следовательно, разработка мер, стимулирующих повышение СБ пожилых людей, является основной целью исследований в этой области.

После анализа литературных источников можно обнаружить, что проблема повышения уровня СБ пожилых людей рассматривается как двусторонний аспект, и имеет два основных направления интервенции – позитивное психологическое воздействие и управление

поведением. Первое включает в себя развитие навыков и положительных эмоций посредством практикования благодарности, прощения и акцента на интуитивное сознание. Физические вмешательства включают в себя приемы мотивации. Высокочастотное ключевое слово с высоким интермедиатальным центральностью, вмешательством, которое наиболее просто распространено, является физической активностью. Данное вмешательство доказывается при использовании таких легких форм активности, как йога. Во время принятия решения для исследования целевых мер необходимо обратить внимание на подробное анализирование доступной литературы, чтобы оценить эффективность и долговечность заданных вмешательств при сохранении здоровья и лучшем качестве жизни пожилых людей.

Исследования СБ в период поздней взрослости продолжают годами с целью разработки мер или стратегий вмешательства, призванных повысить уровень СБ у пожилых людей. Последние годы наблюдается небольшое увеличение соответствующих исследований. Анализ литературы показал, что вмешательства для улучшения СБ пожилых людей включают позитивные психологические и физические стратегии. Позитивная психология заключается в развитии навыков и позитивных эмоций, а физическая активность – в управлении поведением. Однако, до сих пор не было проведено обзора по влиянию этих вмешательств на СБ пожилых людей, и точное сравнение их эффективности и продолжительности еще не представлено.

Лонгитюдные исследования

Возраст является фактором во временном измерении, и многочисленные исследования показали, что здоровье ухудшается с возрастом [Kwakb 2018]. Несколько лонгитюдных исследований, проведенных в Европе и США, показали, что уровень СБ увеличивается с возрастом в более поздние годы [Stone, 2020]. Возрастные различия вызвали широкий спектр исследовательских интересов, и важной точкой исследований является U-образная кривая СБ [там же]. Такие возрастные различия позволили открыть интересный спектр исследований по СБ.

Социально-экономический аспект

В последнее время возрастные социально-экономические аспекты и его интеграция в сообщество подобрали приоритет при выработке правил. Исследования в Китае показали, что доход оказывает относительное воздействие на счастье пожилых людей [Zhu, 2020]. Другое исследование отметило, что поднятие фактической ценности пенсии как результат привело к поднятию СБ среди пожилого населения [Kollamparambil, 2019]. Однако результаты данного исследования не подтверждают результаты исследований в развитых странах, что может быть вызвано тем, что СБ пожилых людей зависит в развитых странах от нематериальных факторов. Итого, результаты данных исследований подтверждают, что пенсионная политика влияния на СБ зависит от широкого количества национальных экономических политических факторов.

Социальная поддержка

С годами появление исследований для установления взаимосвязи между социальными поддержкой и самооценкой в пожилом возрасте стало более изучаемым. В свою очередь, исследования подтвердили, что насыщенная социальная поддержка имеет влияния на уровень СБ в период поздней взрослости. Итак, данное понятие включает в себя различные виды поддержки, включая как близких друзей и родственников, так и сообщества. Такое разнообразие источников социальной поддержки требует дальнейшего раскрытия соответствующих отношений. Кроме того, принимаемая социальная поддержка, вероятно, может иметь более значительное влияние для субъективной оценки благополучия в поздние возрастные годы.

Парадигма жизненного пути предполагает, что изменения окружающей среды в форме

физических, социальных и эмоциональных требований и обстоятельств создают структуру, основанную на восприятии стабильности и изменений. Специфические моменты жизненного пути оказывают влияние на социальное положение и восприятие отдельного индивида. В соответствии с этим, «события жизненного пути вызывают изменения в организации ролей, восприятия и взаимоотношений, которые импринимает индивид». Эта позиция подтверждает существование как положительных, так и негативных последствий старения.

Адаптация, как процесс, оказывает влияние на развитие и изменения образов мышления и поведения человека, что, в свою очередь, включает процессы социализации, реагирования на стресс, устойчивости его влиянию и развития или увеличения качеств личности (человеческий капитал). Задающими индивидуальное поведение в социальной ситуации являются различные многократные роли, следовательно, поведение и взаимодействия можно понять на основе уровня, на котором они происходят.

Старение характеризуется присутствием определенных социальных ролей, являющихся результатом различных кризисных событий. Такие как выход на пенсию, рождение внука или отход близкого человека, обозначают смену основных ролей внутри социальной грамотности, среди которых пенсионер, бабушка или дедушка, а также вдова. Следовательно, необходимо принять во внимание различия в социальных ролях при изучении старения. К тому же следует отметить, что изменение социальных ролей является одновременно и переопределением личностной идентичности индивидуума и может быть ассоциировано с потенциальным влиянием на его самосознание.

Как отмечено Р. Лазарусом, жизненные явления, как положительные, так и отрицательные, создают «дисбаланс» и предпочтительной формой его преодоления является адаптация. Жизненное представление о этих событиях как о положительных, так и отрицательных является ключевой составляющей для расширения инструментария и способов адаптации для перехода к новой социальной роли.

Заключение

Социально-экономический статус пожилого населения и сообщества, в котором происходит их жизнь, привлекают более широкое внимание. В заметной мере исследования по этой теме увеличилось в последние годы и, безусловно, будет продолжать иметь немалую роль в изучении в ближайшее время. Активное участие людей в обществе считается одним из трех главных аспектов отлично прожитого долгого времени. В такой возраст применяются диверсифицированные стратегии, как, например, повторное трудоустройство, отсрочка выхода на пенсию и т.д. Значимость личностного потенциала для СБ также исследовалась, и результаты доказали, что он является сильным предиктором.

Возможность реализации человеческого потенциала ассоциируется с ресурсами, представляющие собой квалификацию, навыки и знания, полученные индивидом по мере жизненного пребывания. Ситуации и функции будут рассматриваться как источники роста интеллектуальных качеств и способностей, а также дают возможность личности маневрировать своими действиями. Этот накопленный за всю жизнь капитал имеет заметное влияние и влечет на подсознательное и сознательное поведение человека. Значимость факторов, отслеживаемых в рамках данного исследования, включают, но не ограничиваются такими мультифакторными характеристиками, как диспозиционный оптимизм, самооценка и локус контроля, глубоко влияющими на уровень субъективного благополучия индивидуума. В связи с этим,

исследование и раскрытие таких факторов будет неоспоримо иметь высокую научную актуальность.

Библиография

1. Дубовик Ю.Б. Психологическое благополучие в пожилом и старческом возрасте: дис ... канд. психол. наук. М., 2012. 228 с.
2. Austin A. On well-being and public policy: Are we capable of questioning the hegemony of happiness? // Soc. Indic. Res. 2016. 127. P. 123138.
3. Blanco-Molina M., Pinazo-Hernandis S., Tomas J.M. Subjective well-being key elements of successful aging: A study with lifelong learners' older adults from Costa Rica and Spain // Arch. Gerontol. Geriatr. 2019. 85:8.
4. Bunce D. et al. Mental health and cognitive function in adults aged 18 to 92 years // J. Gerontol. Ser. B-Psychol. Sci. Soc. Sci. 2008. 63. P. 67-74.
5. Diener E. New findings and future directions for subjective well-being research // Am. Psychol. 2012. 67. P. 590-597.
6. Gerstorf D. et al. Late-life decline in well-being across adulthood in Germany, the United Kingdom, and the United States: Something is seriously wrong at the end of life // Psychol. Aging. 2012. 25. P. 477-485.
7. Howell R.T., Howell C.J. The relation of economic status to subjective well-being in developing countries: A meta-analysis // Psychol. Bull. 2008. 134. P. 536-560.
8. Jebb A.T. et al. Happiness, income satiation and turning points around the world // Nat. Hum. Behav. 2018. 2. P. 33-38.
9. Jivraj S., Nazroo J. Determinants of socioeconomic inequalities in subjective well-being in later life: A cross-country comparison in England and the USA // Qual. Life Res. 2014. 23. P. 2545-2558.
10. Keyes C.L. The mental health continuum: From languishing to flourishing in life // J. Health Soc. Behav. 2002. 43. P. 207-222.
11. Kollamparambil U., Etinzock M.N. Subjective well-being impact of old age pension in South Africa: A difference in difference analysis across the gender divide // S. Afr. J. Econ. Manag. Sci. 2019. 22:12.
12. Kwak K. Age and gender variations in healthy immigrant effect: A population study of immigrant well-being in Canada // J. Int. Migr. Integr. 2018. 19. P. 413-437.
13. Layard R., Nickell S., Mayraz G. The marginal utility of income // J. Public Econ. 2008. 92. P. 1846-1857.
14. Ramirez E. et al. A program of positive intervention in the elderly: Memories, gratitude and forgiveness // Aging Ment. Health. 2015. 18. P. 463-470.
15. Rowe J.W., Kahn R.L. Successful aging 2.0: Conceptual expansions for the 21st century // J. Gerontol. B Psychol. Sci. Soc. Sci. 2015. 70. P. 593-596.
16. Ryff C.D. Happiness is everything, or is it – explorations on the meaning of psychological well-being // J. Pers. Soc. Psychol. 1989. 57. P. 1069-1081.
17. Stone A.A. et al. Age patterns in subjective well-being are partially accounted for by psychological and social factors associated with aging // PLoS One. 2020. 15. e0242664.
18. Strawbridge W.J., Wallhagen M.I., Cohen R.D. Successful aging and well-being: Self-rated compared with Rowe and Kahn // Gerontologist. 2002. 42. P. 727-733.
19. World Population Ageing. New York, NY: United Nations, 2017. 127 p.
20. Zhu J.H. et al. The influence of income and social capital on the subjective well-being of elderly Chinese people, based on a panel survey // Sustainability. 2020. 12:22.

Subjective well-being in late adulthood: systematization of research

Alina A. Zhurkevich

Postgraduate,
Belarusian State Pedagogical University,
220030, 18, Sovetskaya str., Minsk, Republic of Belarus;
e-mail: creative.color@inbox.ru

Abstract

The article considers a systematic review and dynamics of the field of subjective well-being in late adulthood. The relevance of the study of the subjective well-being of late adulthood is

determined by the fact that the aging of the population is one of the complex social problems. In the period of late adulthood, there is a change in social status caused by the termination of employment and a reduction in social contacts, which lead to a reassessment of values at this age. The understanding that in order to provide full-fledged psychological assistance to elderly people, it is necessary to know the specifics of their subjective well-being, predetermined this study. Considering these changes in life circumstances that occur in late adulthood, as well as the importance of understanding the subjective well-being of this demographic group for providing effective psychological assistance, this study also examines the dynamics and factors affecting well-being in late adulthood. With the help of the analysis of the main literature in the period from 2005 to 2022, important boundaries of research in this area are outlined. The significance of the factors monitored in this study includes, but is not limited to, multifactorial characteristics such as dispositional optimism, self-esteem and locus of control, which deeply influence the level of subjective well-being of an individual. In this regard, the study and disclosure of such factors will undoubtedly have high scientific relevance.

For citation

Zhurkevich A.A. (2023) Sub"ektivnoe blagopoluchie v period pozdnei vzroslosti: sistematizatsiya issledovaniy [Subjective well-being in late adulthood: systematization of research]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennyye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 12 (9A), pp. 90-98. DOI: 10.34670/AR.2023.27.49.013

Keywords

Subjective well-being, late adulthood, active longevity, social adaptation, gerontopsychology.

References

1. Austin A. (2016) On well-being and public policy: Are we capable of questioning the hegemony of happiness? *Soc. Indic. Res.*, 127, pp. 123138.
2. Blanco-Molina M., Pinazo-Hernandis S., Tomas J.M. (2019) Subjective well-being key elements of successful aging: A study with lifelong learners' older adults from Costa Rica and Spain. *Arch. Gerontol. Geriatr.*, 85:8.
3. Bunce D. et al. (2008) Mental health and cognitive function in adults aged 18 to 92 years. *J. Gerontol. Ser. B-Psychol. Sci. Soc. Sci.*, 63, pp. 67-74.
4. Diener E. (2012) New findings and future directions for subjective well-being research. *Am. Psychol.*, 67, pp. 590-597.
5. Dubovik Yu.B. (2012) *Psikhologicheskoe blagopoluchie v pozhilom i starcheskom vozraste. Doct. Dis.* [Psychological well-being in old and senile age. Doct. Dis.]. Moscow.
6. Gerstorf D. et al. (2012) Late-life decline in well-being across adulthood in Germany, the United Kingdom, and the United States: Something is seriously wrong at the end of life. *Psychol. Aging*, 25, pp. 477-485.
7. Howell R.T., Howell C.J. (2008) The relation of economic status to subjective well-being in developing countries: A meta-analysis. *Psychol. Bull.*, 134, pp. 536-560.
8. Jebb A.T. et al. (2018) Happiness, income satiation and turning points around the world. *Nat. Hum. Behav.*, 2, pp. 33-38.
9. Jivraj S., Nazroo J. (2014) Determinants of socioeconomic inequalities in subjective well-being in later life: A cross-country comparison in England and the USA. *Qual. Life Res.*, 23, pp. 2545-2558.
10. Keyes C.L. (2002) The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *J. Health Soc. Behav.*, 43, pp. 207-222.
11. Kollampambil U., Etinzock M.N. (2019) Subjective well-being impact of old age pension in South Africa: A difference in difference analysis across the gender divide. *S. Afr. J. Econ. Manag. Sci.*, 22:12.
12. Kwak K. (2018) Age and gender variations in healthy immigrant effect: A population study of immigrant well-being in Canada. *J. Int. Migr. Integr.*, 19, pp. 413-437.
13. Layard R., Nickell S., Mayraz G. (2008) The marginal utility of income. *J. Public Econ.*, 92, pp. 1846-1857.
14. Ramirez E. et al. (2015) A program of positive intervention in the elderly: Memories, gratitude and forgiveness. *Aging Ment. Health*, 18, pp. 463-470.
15. Rowe J.W., Kahn R.L. (2015) Successful aging 2.0: Conceptual expansions for the 21st century. *J. Gerontol. B Psychol.*

Sci. Soc. Sci, 70, pp. 593-596.

16. Ryff C.D. (1989) Happiness is everything, or is it – explorations on the meaning of psychological well-being. *Pers. Soc. Psychol*, 57, pp. 1069-1081.
17. Stone A.A. et al. (2020) Age patterns in subjective well-being are partially accounted for by psychological and social factors associated with aging. *PLoS One*, 15, e0242664.
18. Strawbridge W.J., Wallhagen M.I., Cohen R.D. (2002) Successful aging and well-being: Self-rated compared with Rowe and Kahn. *Gerontologist*, 42, pp. 727-733.
19. (2017) *World Population Ageing*. New York, NY: United Nations.
20. Zhu J.H. et al. (2020) The influence of income and social capital on the subjective well-being of elderly chinese people, based on a panel survey. *Sustainability*, 12:22.